

УДК 37:351.74:796

СИЛОВАЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТЬ КУРСАНТОВ МОГИЛЕВСКОГО ИНСТИТУТА МВД НАБОРА 2020 ГОДА

Д. А. Храменков

*курсант 4 курса факультета милиции
Могилевского института МВД (Беларусь),
42 взвод*

*Научный руководитель: Е. П. Титова,
доцент кафедры прикладной физической
и тактико-специальной подготовки
Могилевского института МВД (Беларусь),
кандидат педагогических наук*

Ежегодно с целью исследования уровня силовой подготовленности курсантов, поступивших на 1-й курс обучения в Могилевский институт МВД, проводится педагогическое тестирование. Курсанты выполняют два контрольно-педагогических упражнения: подтягивание на перекладине, сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях.

В результате педагогического тестирования, проведенного в августе 2020 года в соответствии с учебной программой по дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка», не все курсанты успешно справились с необходимыми требованиями и показали высокий уровень силовой подготовленности. Это указывает на то, что на занятиях по физической культуре в школе не уделяется должного внимания развитию силовых способностей обучающихся.

В таблице представлены средние показатели уровня развития силовых способностей курсантов набора 2020 года:

Таблица — Показатели силовой подготовленности курсантов набора 2020 года

Контрольно-педагогические упражнения	Средний показатель силовой подготовленности, кол-во раз	Уровень развития силовых способностей
Подтягивание на перекладине	10	средний
Сгибание-разгибание рук в упоре на брусьях	17	средний

Данные таблицы указывают на то, что курсанты 1-го курса набора 2020 года имеют средний уровень силовой подготовленности. С учетом того, что на последующих курсах обучения возрастают требования к выполнению контрольных нормативов, стоит отметить необходимость направленного развития силовых способностей курсантов.

По результатам исследований можно сделать вывод, что в процессе физической подготовки занимающихся необходимо проводить качественный подбор средств и методов для эффективного повышения уровня силовой подготовленности курсантов.